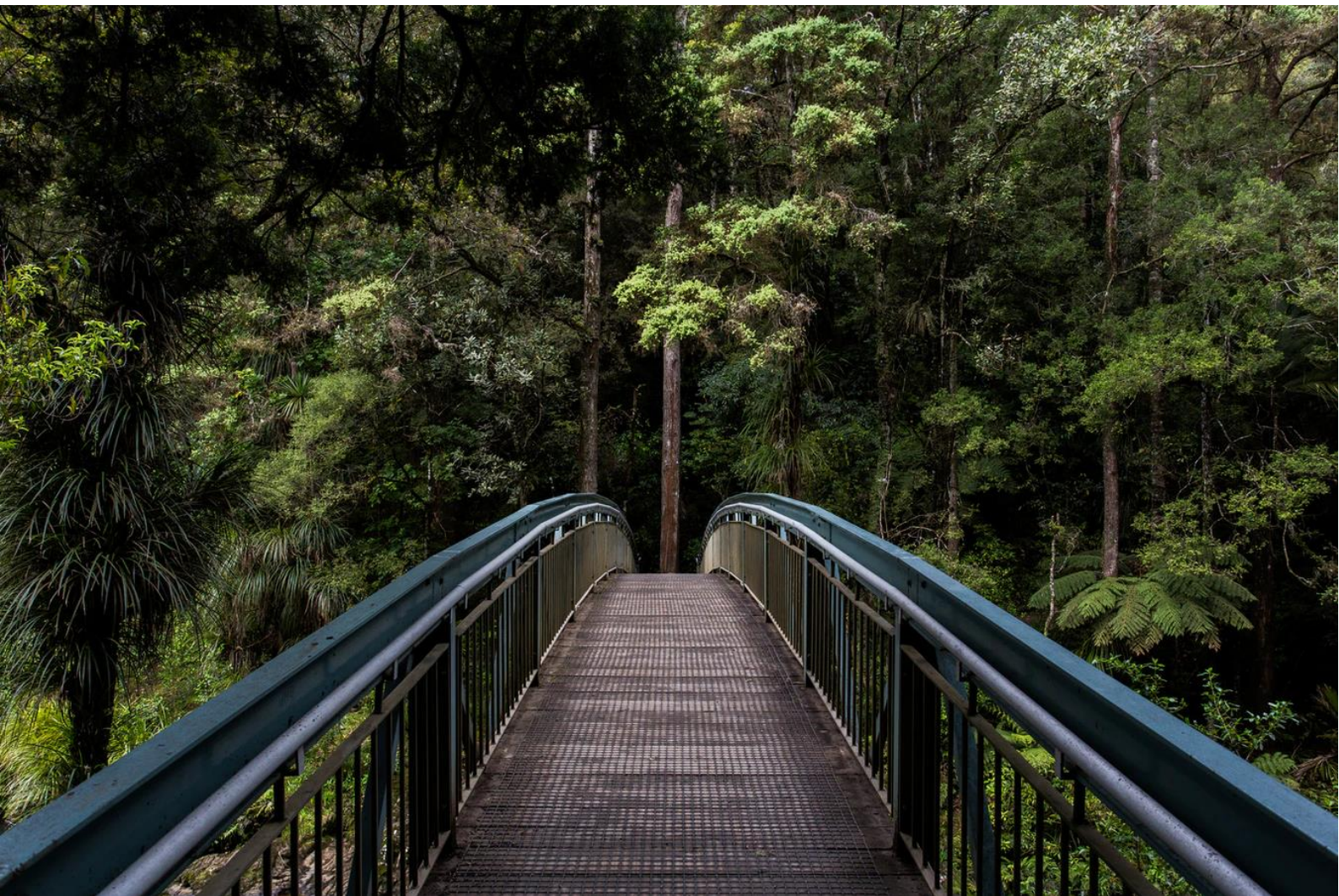


***GEMENSAM ARBETSPLAN FÖR:***  
**1.4 MENINGSSKAPANDE I EN SEKULÄR TID**

VERSION 2 – September 2020



# Gemensam arbetsplan för delarena 1.4

## Meningsskapande i en sekulär tid

Denna arbetsplan syftar till att skapa ett mer långsiktigt, tvärsektoriellt arbete på området meningsskapande och existentiell hälsa. Arbetsplanen har utarbetats inom ramen för Kraftsamling för psykisk hälsa. I planen framgår dels ett antal målsättningar som vi gemensamt ställt upp för vårt arbete, dels konkreta initiativ som beskriver vad vi kommer att göra för att nå dessa mål.

Medverkande i delarenan	
<i>[Namn]</i>	<i>[Organisation]</i>
Anna-Karin Jeppsson	Qulturum
Catharina Asklin-Westerdahl	Svenska Föreningen för Gruppsykoterapi och Grupp-utveckling samt Arbetsgruppen för Utbildning i Grupp
Christina Lloyd	Leg. psykoterapeut och forskare vid Uppsala universitet och representerar Svenska kyrkan Västerås stift och projektet "Meningen med mig!"
Åsa Maj Jonzon	Verksamhetsledare Unga Lukas, Förbundet S:t Lukas
Martin Rödholt	Sveriges Kommuner och Regioner/ Uppdrag Psykisk Hälsa
Ewa Fahlström Borg	International Association for Group Psychotherapy and Group Processes, IAGP
Pia Litzell Berg	Gruppanalytiska institutet
Wolfgang Rutz	University for applied sciences, Coburg
Emil Alexander Andersson	Psykolog Region Uppsala
Eva Wikman	Psykoterapistiftelsen
Eva Huld	Föreningen för terapikolonier
Richard Nordling	Föreningen för terapikolonier
Ing-Marie Wieselgren	SKR

Arbetet som beskrivs i detta dokument är en del av Kraftsamling för psykisk hälsa. Kraftsamling för psykisk hälsa är tvärsektoriellt och långsiktigt arbete för att skapa ett samhälle som ger förutsättningar för en god psykisk hälsa.

För mer information: [www.skr.se/kraftsamling](http://www.skr.se/kraftsamling)

#kraftsamlingpsykiskhalsa

[kraftsamlingpsykiskhalsa@skr.se](mailto:kraftsamlingpsykiskhalsa@skr.se)

## Innehållsförteckning

Gemensam arbetsplan för delarena 1.4 Meningsskapande i en sekulär tid.....	1
Kraftsamling för psykisk hälsa .....	3
Om Kraftsamling för psykisk hälsa.....	3
Om arbetet med delarenorna.....	3
Översikt av kraftsamlingens 20 nationella delarenor .....	4
Målet med delarenans arbete .....	5
Problem- och nulägesbeskrivning .....	5
Meningsskapande genom att känna hopp .....	5
Meningsskapande genom relationer.....	5
Meningsskapande genom att finna ett sammanhang och betyda något .....	6
Meningsskapande genom att själv skapa och hitta sin egen mening .....	6
Delarenans inriktning.....	7
Ett existentiellt folkhälsoarbete .....	7
Den unika människan i sammanhanget .....	7
Förebyggande arbete för psykisk hälsa.....	8
Meningsskapande i Coronans tid.....	8
Målsättningar.....	8
Delarenans arbetsplan.....	9
Översikt över initiativen .....	9
Initiativlista.....	10
Detaljerad beskrivning av Initiativ.....	11
#1 Utveckla och sprida metoder i hur man kan arbeta med existentiell hälsa i offentlig sektor, civilsamhälle och andra relevanta sammanhang.....	11
#2 Sprida kunskap och verktyg till allmänheten .....	12
#2.1 Stötta människor i att samtala om existentiella frågor - riktat till allmänheten .....	12
#2.2 Opinionsbilda och bevaka samhällsutvecklingen genom ex debattinlägg och inlagor i utredningar - för att påverka samhället för existentiell hälsa.....	12

# KRAFTSAMLING FÖR PSYKISK HÄLSA

## Om Kraftsamling för psykisk hälsa

Psykisk hälsa påverkar och påverkas av samhällets alla delar. SKR har därför tagit initiativ till en Kraftsamling för psykisk hälsa, som fungerar som en samlade arena för ett långsiktigt och tvärssektoriellt utvecklingsarbete för en bättre psykisk hälsa.

Kraftsamling för psykisk hälsa arbetar inom tre arbetsområden:

1. Ett mer hälsofrämjande samhälle och levnadsätt.
2. Individer rustade för att nå sin fulla potential och välmående.
3. Hållbara stöd till de som behöver.

Dessa arbetsområden speglar Kraftsamlingens övergripande inriktning om ett brett och tvärssektoriellt arbete, som inkluderar frågor om såväl samhällsplanering och levnadsvillkor, generella förebyggande och främjande insatser, som stöd och hjälp till de mest behövande.

Kraftsamlingens utgångspunkt är att psykisk hälsa berör alla, och att lösningar därför måste vara breda och tvärssektoriella. Kraftsamlingen är öppen för medverkan för alla aktörer – offentliga, privata och från civilsamhället. Hittills har över 350 organisationer deltagit i arbetet!

Under 2019 genomfördes flera aktiviteter för att samla in information om vad deltagarna i kraftsamlingen ser som de viktigaste frågorna att arbeta med för att stärka befolkningens psykiska hälsa. På basen av insamlat material (från bland annat intervjuer, work shops och enkäter) formulerades 20 prioriterade teman och områden, som vi valt att kalla "delarenor" (var god se nästa sida för en översikt av samtliga delarenor).

## Om arbetet med delarenorna

I Kraftsamlingens delarenor samlas aktörer från olika delar av samhället för att förbättra den psykiska hälsan genom konkret och fokuserat arbete inom de 20 prioriterade områden som omnämns ovan. Varje delarena fungerar som en arbetsgrupp kopplad till ett specifikt tema, där deltagarna i arbetsgruppen gemensamt tar fram målsättningar för varje område och utformar sedan lösningar för att nå dessa mål.

Detta dokument är arbetsplanen för en av 20 delarenor. Vår förhoppning är att alla delarenor, enskilt och tillsammans, kommer bidra till en positiv utveckling för den psykiska hälsa, och att vi med våra samlade erfarenheter, kompetenser och verktyg kan ta ett krafttag för att skapa förändring här och nu. Vi har funderat kring, och diskuterat frågor om psykisk hälsa och ohälsa länge nog, och vår tanke är att det är dags för verkstad. *Vad roligt att du vill vara med!*

# Översikt av kraftsamlingens 20 nationella delarenor

## 1. Ett mer hälsofrämjande samhälle och levnadssätt



### 1.1 Mediabild för psykisk hälsa

Hur får vi en saklig och rättvisande bild av psykisk hälsa/ohälsa i media?  
Hur hanterar vi den "alarmistiska" mediabilden av vårt samhälle?

### 1.2 Urbaniseringskonsekvenser i stad och land

Hur kan vårt samhälle i högre grad utformas för att främja psykisk hälsa utifrån våra boende- och levnadsmönster?

### 1.3 Samhällsdiskussion om sociala medier

Hur motverkar vi negativa aspekter av sociala-medieranvändning?  
Hur främjar vi ett hälsosamt nyttjande av de sociala möjligheter som digitaliseringen ger?

### 1.4 Meningsskapande i en sekulär tid

Hur kan vi skapa nya utgångspunkter för meningsskapande och sammanhang i livet, som passar vår tid? Genom att lära över generationsgränser? Genom kultur?

### 1.5 Arbetsliv för personer med psykiatriska tillstånd

Hur ger vi personer med psykiatriska tillstånd bättre förutsättningar att delta i arbetslivet?

### 1.6 Framtidstro i samhällsdiskussionen

Hur skapar vi framtidstro i samhällsdiskussionen?

### 1.7 Socialt ansvar och narkotikakonsumtion

Hur kan vi ta ett gemensamt ansvar för att minska narkotikakonsumtionen?

## 2. Individuer som är rustade för att nå sin fulla potential och välmående



### 2.1 Fungerande skolgång för barn och unga med NPF

Hur skapar vi förutsättningar för en fungerande skolgång för barn och unga med NPF?

### 2.2 Etisk stress i arbetslivet

Vad kan vi göra för att minska den etiska stress som kan uppstå exempelvis inom sjukvården?

### 2.3 Huskurer för psykisk hälsa

Hur kan vi utveckla och sprida egenvårdsråd för psykisk hälsa?

### 2.4 Rusta barn och unga

Hur rustar vi barn och unga att hantera livets krav och påfrestningar?

### 2.5 Ofrivillig ensamhet bland äldre

Hur kan vi minska ofrivillig ensamhet bland äldre?

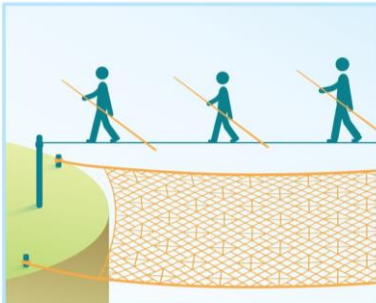
### 2.6 Miljö och fysisk aktivitet för psykisk hälsa

Hur kan individens psykiska hälsa främjas genom exempelvis fysisk aktivitet och naturupplevelser?

### 2.7 Hälsofrämjande digitalt liv

Hur kan vi hjälpa människor att ha ett hälsofrämjande digitalt liv, i fråga om exempelvis tillgänglighet?

## 3. Hållbara stöd till de som behöver



### 3.1 Hela samhällets suicidprevention

Vad kan göras tvärs hela samhället för att förbättra det suicidpreventiva arbetet?

### 3.2 Smart tillgänglighet till hjälp

Hur kan tillgängligheten till första linjen på distans och digitalt förbättras?

### 3.3 Lokalt stöd för utsatta områden

Hur kan olika aktörer samverka för att ge ett kraftfullt stöd i utsatta områden?

### 3.4 Utökad anhörigstöd

Hur kan samhället på bättre sätt stödja anhöriga (barn, unga, vuxna och äldre)?

### 3.5 Ändamålsenliga insatser för äldre med psykiatriska problem

Hur kan äldrepsykiatri bli mer ändamålsenlig?

### 3.6 Migration och psykisk hälsa

Hur kan insatser för asylsökandes och nyanländas psykiska hälsa förbättras?

# MÅLET MED DELARENANS ARBETE

## Problem- och nulägesbeskrivning

Att söka mening är ett grundläggande mänskligt behov. Hur vi ser på meningsskapande och vad som är meningsfullt är dock föränderligt – traditionellt viktiga sammanhang för meningsskapande upplevs inte längre som självklara. Delarenan Meningskapande i en sekulär tid undersöker frågor kring hur meningsskapande sammanhang kan stärkas och bidra till en god psykisk hälsa.

Delarenans utgångspunkt i arbetet har varit att ställa frågan ”Hur skapar vi mening?” och ”Hur kan vi hjälpa varandra att skapa mening?”. Nedan följer en sammanfattning av olika perspektiv på dessa frågor.

## Meningskapande genom att känna hopp

Genom att känna hopp görs framtiden meningsfull. Ett sätt att skapa mening kan därför vara ett aktivt arbete med hopp och framtidstro – hur känner vi inför framtiden, vad drömmer vi om, vad skulle vi vilja göra, vara eller känna? Genom att tänka kring dessa frågor och vad som göra oss hoppfulla, skapas mening.

- I religiösa sammanhang utgör hopp många gånger en fundamental del av läran – en tilltro till att saker kommer att ordna sig, men också en trygghet i att man inte kan styra över allt. Utanför den religiösa kontexten måste mening och trygghet nås på andra sätt.

## Meningskapande genom relationer

Ett sätt att skapa mening är genom våra band till andra. Genom relationer och möten med andra får vi en plats att vara på och andra att spegla oss i, vilket bidrar till mening genom att känna att man behöver och är behövd av andra.

- En viktig del av meningsskapande genom relationer är att få tid och tillfälle att lyssna på andra, och att bli lyssnad på. Vissa sådana arenor finns redan, exempelvis i form av samtalsgrupper kring existentiella frågor, men det skulle behövas fler möjligheter och fler arenor att ha sådana samtal.
- Genom att erbjuda sådana samtal i olika arenor, anpassade för olika målgrupper, kan många människor ges möjlighet att delta på villkor som passar dem – det finns redan nu exempel på hur det används i skolan, inom psykiatrin och för olika grupper av äldre.
- Behovet av relationer har tydliggjorts under coronapandemin – när många människor behöver hjälp, upptäcker många också glädjen och meningen i att hjälpa andra

## **Meningsskapande genom att finna ett sammanhang och betyda något**

Att finna ett sammanhang, där man betyder något och har en känsla av tillhörighet, kan vara en väg till meningsskapande. Exempel på sådana sammanhang är exempelvis att tillhöra en församling, en förening eller en informell grupp.

- Att ha ett sammanhang kan skapa en tillhörighet som inte hänger samman med prestation. Detta ger en trygghet i att bara vara, jämfört med andra situationer vi är i, där prestation, är i fokus. Ett sådant mer kravlöst sammanhang kan minska stress och hjälpa oss att hitta mening.
- Sammanhang kan också ge en mening som inte är kopplat till individen – samhället är generellt individfokuserat, vilket gör att mening ofta antas hänga samman med hur något påverkar en som individ. Genom tillhörighet till ett visst sammanhang kan mening som ligger utanför det individuella finnas.
- En av funktionerna som kyrkan (traditionellt) har haft är att samla personer på samma ställe oavsett individuella faktorer, som ålder och fritidsintressen. Detta ger en tillhörighet som inte hänger samman med vem man är som individ, och som också är mer varaktig än bara i nuet.

## **Meningsskapande genom att själv skapa och hitta sin egen mening**

Ett annat perspektiv på meningsskapande är att resonera kring begreppet ”meningen i livet” snarare än ”meningen med livet”. I detta perspektiv ryms ett mer personligt och individuellt sätt att se på meningsskapande, där vad som ger mening kan variera, och där sökandet efter mening i sig självt är en meningsskapande aktivitet.

- Att prata om ”meningen i livet” avdramatiserar frågan - om man pratar om meningen med livet kan det kännas väldigt stort. Det kan därför vara enklare att prata om meningen i livet - vad känns meningsfullt just nu.
- Denna mening kan vara kopplad till enklare saker: att man klarar någonting, att man känner att man utvecklas, att man lär sig något om sig självt.
- Den egna meningen kan också variera och knyta an till utveckling i olika livsskeden – meningen knyts till att man genomlever och klarar olika faser i livet.
- Detta perspektiv kan också bli ett aktuellt i svåra situationer. Exempelvis kan människor när livet förändras, som exempelvis till följd av coronapandemin, hitta nya saker som ger mening, som upplevelser i vardagen och att vara i naturen.

## **Delarenans inriktning**

### **Ett existentiellt folkhälsoarbete**

Vi vill se ett existentiellt folkhälsoarbete - där existentiell hälsa och meningsskapande möten mellan människor är själva överbyggnaden. Vi driver budskapet om det stora behovet av att ge människor möjlighet till existentiella samtal och gruppens centrala betydelse i detta arbete - både hälsofrämjande, förebyggande och behandlande. På olika arenor och på olika nivåer i samhället, som vård, skola och i civilsamhälle. I det mellanmänniskliga relaterandet finner vi den dubbla funktionen av att både minska ångest och skapa mening.

Den existentiella dimensionen behöver bli en självklar del i hur vi möter människor då vi arbetar för psykisk hälsa. Inte minst då existentiella aspekter har en så stor påverkan på hur vi mår. Forskning visar tydligt meningens, relationernas och gruppens avgörande betydelse för vår psykiska hälsa. Vi ser en "existentiell alexitymi" i samhället och vården - där vi behöver erbjuda möjligheter att prata om existentiella frågor och känslor - tillsammans med andra. Vi ser att detta är avgörande för att vända den utveckling vi ser idag. Utvecklingen behöver samtidigt vägledas genom satsningar på kunskap om processer i grupp och processer kring meningsskapande.

Skiftet vi vill se och verka för handlar om att i en individualiserad, sekulariserad och biomedicinskt orienterad samtid se människors mer djupgående behov (existentiellt perspektiv - gruppssammanhang och tillhörighet i stort och smått) och jobba utifrån detta - snarare än att ta bort symtomen på dessa behov. Människan är alltid i relation - det är så vi individer blir till, överlever, helas och utvecklas. En individ utan andra människor är en individ utan identitet. Vi behöver mening i våra liv. Och tillhörighet är centralt i upplevelsen av mening.

### **Den unika människan i sammanhanget**

Vi ser behovet av en människosyn där vi ser den unika individen och hans behov av meningsskapande och sammanhang. Vi behöver en personcentrerad vård och ett holistiskt synsätt på psykisk hälsa. Samhället behöver erbjuda varje människa att bli sedd och lyssnad på i sin livsberättelse och sina behov - och en möjlighet att uppleva mening och personlig betydelse genom att vara viktig för andra. Genom att den unika människan får möjlighet att i samtal få möta sig själv och andra skapas mening på flera nivåer. En spegling och ett lärande kan äga rum som skapar hälsa, utveckling och motståndskraft mot svårigheter i livet. För livet kommer att gå upp och ned - och då behöver vi varandra och gruppssammanhanget, oavsett om det är samhället eller en mindre grupp som vi ingår i. Vi ser att ett individbaserat biomedicinskt synsätt riskerar att förstärka upplevelsen av ensamhet och känslan av att vara fel då man får psykiska symptom. Vi behöver ett salutogent förhållningssätt - där vi ser den unika människans resurser och symptom som meningsbärande. Vi ser också att vi behöver minska rädslan att öppna upp



kring existentiella frågor och skapa mötesplatser för personliga samtal om livet. Skapa erfarenhet av att vi inte är ensamma.

### **Förebyggande arbete för psykisk hälsa**

Vi ser det förebyggande arbetet som oerhört viktigt och vi ser stora möjligheter i det. Det handlar om att exempelvis få utsatta unga att förstå och finna livsmening och uppleva tillhörighet och sammanhang både i lokala grupper och i samhället i stort, snarare än att söka detta i destruktiva kretsar eller uttrycka sina känslor genom våld mot sig själv, andra eller samhället. Skolan ser vi som en central arena där existentiella samtal och arbete med gruppen skulle kunna göra genomgripande skillnad på ett tidigt stadium - för alla barn och unga. Vilket i sig är ett typexempel på existentiellt folkhälsoarbete. Vi ser också att det finns robust forskningsstöd för förebyggande insatser i vården - förutsatt att det är anpassat för den enskilda individen, enligt synsättet ovan. Människor efterfrågar också samtal framför mediciner - det visar både forskning och erfarenhet i den vardag där vi arbetar - och detta behöver ges i mycket större utsträckning än idag.

### **Meningsskapande i Coronans tid**

Corona är inte bara en kris utan en möjlighet. Krisen och dess uttryck sätter fingret på de djupgående existentiella behov människor har och behöver bli sedda i - för ett samhälle med god psykisk hälsa. Vi behöver se människors verkliga rädsla, låta människor får berätta sin historia och mötas i det vi har gemensamt i krisen. Ensamhet, individualism, undvikande och distansering behöver ersättas av gemenskap, inkluderande, möten mellan människor, närhet och samtal kring de helt grundläggande existentiella frågor som påverkar oss på djupet. De existentiella frågorna, relationerna och hur vi upplever vår plats i gruppen och samhället är kärnan i hur människor mår och utvecklas. Det vi ser nu är också en möjlighet att förändra samhället och att börja prioritera de behov vi ser att människor har. Gruppen är en hittills outnyttjad resurs. Kunskap och goda exempel finns.

### **Målsättningar**

Målsättningarna beskriver vad delarenans initiativ (se nedan) syftar till.

- Utveckla och sprida metoder i hur man kan arbeta med existentiell hälsa i offentlig sektor, civilsamhälle och andra relevanta sammanhang
- Stötta människor i att samtala om existentiella frågor - riktat till allmänheten
- Opinionsbilda och bevaka samhällsutvecklingen genom ex debattinlägg och inlagor i utredningar - för att påverka samhället för existentiell hälsa

# DELARENANS ARBETSPLAN

Delarenans arbetsplan består av ett antal initiativ. Ett initiativ innehåller en konkret plan för åtgärder som bidrar till att nå våra övergripande målsättningar, inom ett specifikt område. Ett initiativ kan exempelvis syfta till att ta fram en rapport eller ett kunskapsunderlag, sprida redan utvecklade metoder eller verktyg, utvärdera ett genomfört arbete eller förändra nuvarande arbetssätt.

Varje initiativ har en egen plan, som beskriver målsättningar, åtgärder, uppföljning och ansvarsområden inom ramen för initiativet. Både de enskilda initiativen och arbetsplanen som helhet kan komma att uppdateras, för att spegla ny information och nya behov av åtgärder. Nya initiativ kan också komma att läggas till.

Den arbetsplan som beskrivs i detta dokument bildar tillsammans med arbetsplanerna för övriga delarenor inom Kraftsamling psykisk hälsa en gemensam arbetsplan för hela Kraftsamlingen. Ambitionen med denna arbetsplan är att den ska skapa förutsättningar för ett långsiktigt arbete på tio års sikt, 2020–2030. Kraftsamlingens arbete inom området suicidprevention genomförs med ambitionen att komplettera och stärka det arbete och den samordning som redan sker inom området.

## Översikt över initiativen

**Handslag** – samlar utvecklingskraften mot en gemensam målbild

### 1. Ett mer hälsofrämjande samhälle och levnadssätt



### 2. Individer som är rustade för att nå sin fulla potential och välmående



### 3. Hållbara stöd till de som behöver



**Gemensam  
målbild**

## Initiativlista

#	Initiativ	Deltagande organisationer/personer	Sammanfattande
1	<b>Utveckla och sprida metoder i hur man kan arbeta med existentiell hälsa i offentlig sektor, civilsamhälle och andra relevanta sammanhang</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anna-Karin Jeppsson, Qulturum</li> <li>• Martin Rödholt, Sveriges Kommuner och Regioner/ Uppdrag Psykisk Hälsa</li> <li>• Christina Lloyd, Leg. psykoterapeut och forskare vid Uppsala universitet och representerar Svenska kyrkan Västerås stift och projektet "Meningen med mig!"</li> <li>• Eva Wikman, Psykoterapistiftelsen</li> </ul>	Anna-Karin Jeppsson
2.1	<b>Stötta människor i att samtala om existentiella frågor - riktat till allmänheten</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Emil Alexander Andersson, Psykolog Region Uppsala</li> </ul>	Emil Alexander Andersson
2.2	<b>Opinionsbilda och bevaka samhällsutvecklingen genom ex debattinlägg och inlagor i utredningar - för att påverka samhället för existentiell hälsa</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Åsa Maj Jonzon, Verksamhetsledare Unga Lukas, Förbundet S:t Lukas</li> <li>• Emil Alexander Andersson, Psykolog Region Uppsala</li> <li>• Eva Wikman, Psykoterapistiftelsen</li> <li>• Christina Lloyd, Leg. psykoterapeut och forskare vid Uppsala universitet och representerar Svenska kyrkan Västerås stift och projektet "Meningen med mig!"</li> <li>• Catharina Asklin-Westerdahl, Svenska Föreningen för Gruppsykoterapi och Grupputveckling samt Arbetsgruppen för Utbildning i Grupp</li> <li>• Ewa Fahlström Borg, IAGP</li> <li>• Pia Litzell Berg, Gruppanalytiska institutet</li> <li>• Wolfgang Rutz, University for applied sciences, Coburg</li> </ul>	Åsa Maj Jonzon

# DETALJERAD BESKRIVNING AV INITIATIV

## #1 Utveckla och sprida metoder i hur man kan arbeta med existentiell hälsa i offentlig sektor, civilsamhälle och andra relevanta sammanhang

### Bakgrund och problembeskrivning

Existentiell hälsa är en viktig del i vårt övergripande mående. Att arbeta med existentiell hälsa, i form av exempelvis samtalsgrupper, kan vara relevant för många verksamheter och målgrupper, för flera olika syften. I dagsläget finns etablerade metoder för detta, som dock behöver spridas och komma fler till del.

### Målbild

- Ökad spridning av och kännedom om metoder för hur man arbetar med existentiell hälsa.

### Genomförande

I ett första steg tas utgångspunkten i det arbete som genomförs vid Qulturum, Region Jönköpings Län, som tagit fram metoder för samtalsgrupper. Spridning av information om detta arbete sker genom:

- Presentation för SKR:s nätverk för ledning och styrning av psykiatri
- Webbsänt seminarium

### Ansvar för initiativets aktiviteter

- Ta fram material för presentation för nätverket (Qulturum, med stöd av UPH)
- Förbereda dragning i nätverkets arbetsgrupp (UPH)
- Förbereda webbsänt seminarium (Qulturum/UPH)

### *Sammanfattande:*

Anna-Karin Jeppsson

### Deltagare:

Martin Rödholt, Christina Lloyd och Eva Wikman

### Nästa steg:

Fortsatt planering och initiativuppstart sker vid nästa möte, som är planerat till oktober 2020.

## #2 Sprida kunskap och verktyg till allmänheten

### #2.1 Stötta människor i att samtala om existentiella frågor - riktat till allmänheten

#### ***Bakgrund och problembeskrivning***

Att tala om existentiella frågor och mening behöver inte vara komplicerat och överväldigande, men det kan ibland vara svårt att hitta ingångar till det. Detta initiativ syftar till att ta fram tips kring hur man kan tala om sådana ämnen i vardagen.

#### ***Målbild***

Ta fram och sprida konkreta råd riktade till enskilda personer om hur man kan tala om mening.

#### ***Genomförande***

I ett första steg samlas underlag och material från gruppen in – därefter sker bearbetning och diskussion om format och presentation.

#### ***Sammanställande***

Emil Alexander Andersson

### #2.2 Opinionsbilda och bevaka samhällsutvecklingen genom ex debattinlägg och inlagor i utredningar - för att påverka samhället för existentiell hälsa

#### ***Bakgrund och problembeskrivning***

Existentiella frågor behöver vara närvarande i samhällsdiskussionen. Genom att skriva och publicera en debattartikel kan delarenan bidra i diskussionen, och samtidigt ge sig till känna som ett forum för existentiella frågor.

#### ***Målbild***

Skriva och publicera en debattartikel inom området meningsskapande

#### ***Genomförande***

I ett första steg samlas skribentgruppen för att diskutera igenom möjliga teman och ingångar för artikeln, för att sedan påbörja skrivprocessen.

#### ***Sammanställande:***

Åsa Maj Jonzon

#### ***Deltagare:***

Ewa Wikman, Pia Litzell Berg, Christina Lloyd, Catharina Asklin Westerdahl, Wolfgang Rutz och ev. Emil Alexander Andersson

***Nästa steg:*** Fortsatt planering och initiativuppstart sker vid nästa möte, som är planerat den 16 september 2020.